

ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ ДЛЯ ОПТИМІЗАЦІЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Оксана МАКСИМІВ

*Львівський державний університет фізичної культури,
м. Львів, Україна, e-mail: maksumiv.o@gmail.com*

Вступ. Найважливішим завданням освітньої політики держави є формування здорової, міцної, загартованої, життєрадісної, чуйної, ініціативної дитини, яка добре володіє своїми рухами, любить спортивні та фізичні вправи, здатної до навчання в школі й до активної подальшої творчої діяльності [4]. Заняття з фізичного виховання потрібно розробляти з дотриманням здоров'язбережних технологій [5].

Одним із актуальних напрямів роботи з дітьми дошкільного віку залишається створення необхідних умов для формування й оптимізації самостійної рухової діяльності [1].

Мета – оптимізація рухової активності дошкільників.

Методи: аналіз та узагальнення літературних джерел, спостереження.

Результати і обговорення. Кожна вікова група дітей має свої межі оптимальної рухової активності, які мають кількісні (обсяг рухів, які виконують діти в певному календарному періоді) та якісні (форма занять, фізичні вправи, способи організації дітей під час їх виконання) параметри [2].

Відповідно до державних програм виховання й розвитку дитини та методичних рекомендацій для дітей дошкільного віку, заняття фізичними вправами є обов'язкові та передбачають викладання матеріалу на доступному рівні; використання засобів наочності; поєднання пояснення педагога з безпосередньою ігровою діяльністю дітей [3].

Робота педагогів сучасного дошкільного навчального закладу повинна бути спрямована на збереження і зміцнення здоров'я. Вихователь повинен передбачити, щоб вправи не були тривалими, одноманітними. Бажано їх повторити в різних умовах, з різною інтенсивністю, з ускладненнями або навпаки, зі зниженням вимог. Як відомо, діти дошкільного віку краще засвоюють вправи в повільному темпі [2].

Для оптимізації рухової активності старших дошкільників ми використали як традиційні засоби фізичного виховання, так й елементи інноваційних педагогічних технологій.

Висновки. Отже, сучасні вимоги щодо необхідності комплексного розвитку особистості дитини, поєднання інтелектуального зростання із обов'язковим забезпеченням оптимальної рухової активності актуалізують потребу введення у фізкультурно-оздоровчу роботу елементів інноваційних освітніх здоров'язбережних технологій.

Ключові слова: рухова активність, дошкільники, здоров'я.

Список літератури

1. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко. – Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 128 с.
2. Дидактичні ігри з м'ячами : навч. посіб. / Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Виноградський Б. А., Петрина Р. Л., Пасічник В. М. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 206 с.
3. Круцевич Т. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми 3–6 років у дошкільних закладах за кордоном / Тетяна Круцевич, Наталія Пангелова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2011. – № 2. – С. 156–163.
4. Шиян О. Державна освітня політика з питань здорового способу життя молоді : монографія / Олена Шиян. – Львів, 2010. – 296 с.
5. Shyyan O. International Experience and Ukrainian Approach in Health Promotion through Physical Education / Olena Shyyan // Prozdrowotny styl zycia uwarunkowany spoleczne / redakcja T. Lisicki, B. Wilk, A. Walentukiewicz. – Gdansk, 2005. – S. 133–139.